



# La solitude chez les jeunes âgés de 18 à 35 ans

*Résultats d'enquête - 21 mai 2012*

Mediaprism

64, rue du Ranelagh - 75 016 Paris

Tél. : 01 53 29 10 00

[www.mediaprism.com](http://www.mediaprism.com)



# Méthodologie d'enquête et structure de l'échantillon

- **L'enquête a été réalisée online du 10 au 11 mai 2012** auprès de la communauté EmailtVous.  
Cible de l'enquête : les jeunes âgés de 18 à 35 ans.
- **Les résultats présentés dans ce document** sont issus d'un échantillon de 1 062 répondants. Les individus ayant retourné un questionnaire incomplet ont été exclus de l'analyse
- **L'échantillon a été redressé** de manière à être représentatif de la population âgée de 18 à 35 ans, sur les critères de sexe, âge et région.

## SEXE

Hommes 50%

Femmes 50%

## AGE

De 18 à 20 ans 17%

De 21 à 24 ans 22%

De 25 à 29 ans 28%

De 30 à 35 ans 33%

## REGION

Ile de France 23%

Nord-Ouest 21%

Sud-Ouest 10%

Sud-Est 24%

Nord-Est 23%

## Dix chiffres clés

- **45% des jeunes déclarent ressentir un sentiment de solitude** ne serait-ce qu'occasionnellement.
- La solitude « subie » touche **4 jeunes sur 10**.
- «Trouver l'âme sœur» : **32%** et « Améliorer le pouvoir d'achat » : **23%** sont considérés comme les deux « traitements » les plus efficaces pour vaincre cette solitude.
- **Un tiers** des jeunes affirment ne rencontrer «physiquement» (dans des lieux divers : cinéma, café...) leurs amis que rarement.
- **95%** des jeunes se connectent quotidiennement à Internet et **55%** sont conscients que cet outil favorise la solitude.
- **51%** des jeunes qui se sentent « souvent » seuls connaissent l'existence d'associations luttant contre l'isolement.
- **85%** des jeunes pensent qu'il est important de vaincre la solitude.
- **95%** de ceux qui connaissent la Société de Saint-Vincent-de-Paul la jugent légitime pour mener à bien sa mission de lutte contre la solitude.



# RESULTATS D'ENQUETE



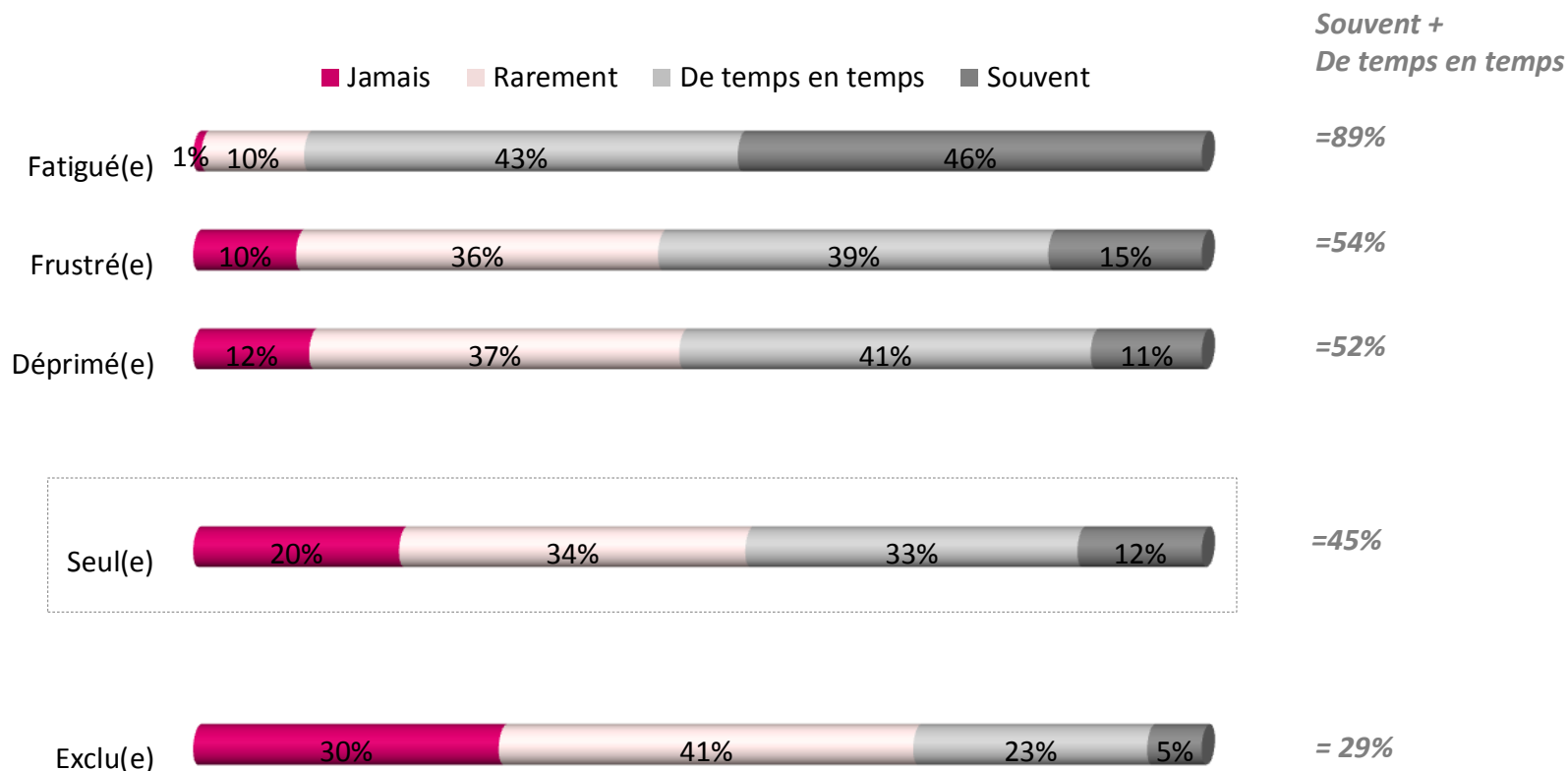
# Etat des lieux de la solitude

La solitude est un « mal » qui touche 45% des jeunes que ce soit « souvent » (12%) ou « de temps en temps » (33%).

Les jeunes déclarent également d'autres « maux »

- 89% d'entre-eux avouent être fatigués.
- Près d'un sur deux se sent frustré et/ou déprimé.
- Près d'un tiers a le sentiment d'être exclu(e)

**Vous arrive-t-il de ressentir chacun de ces sentiments souvent, de temps en temps, rarement ou jamais ?**



Base : jeunes âgés de 18 à 35 ans

Par rapport à l'ensemble des jeunes âgés de 18 à 35 ans, ce sont plutôt des femmes (58%), des franciliens (29%) qui se sentent souvent « seuls ».

L'inactivité (38%) est le critère qui différencie significativement ces personnes.

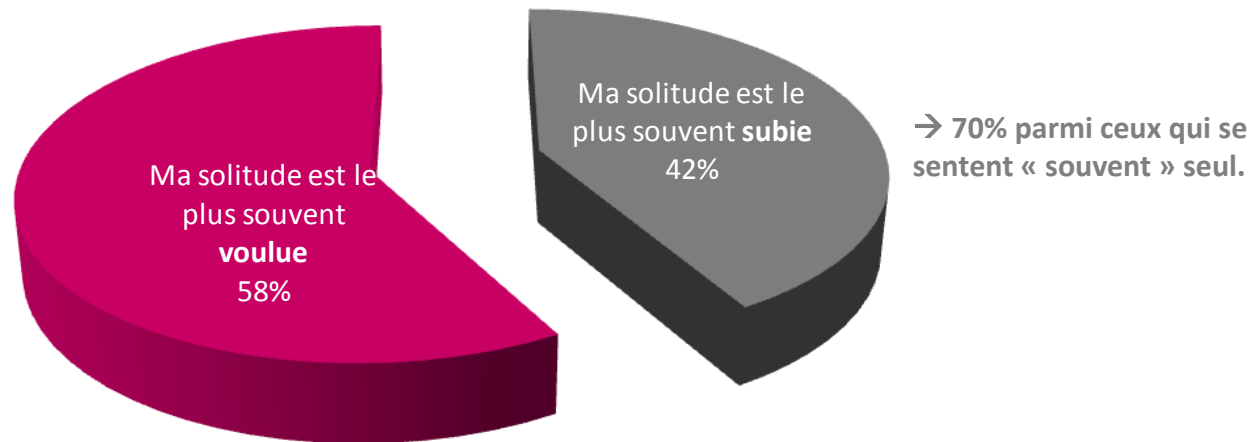
	Jeunes âgés de 18 à 35 ans	Jeunes se sentant "souvent" seuls
<i>Base : jeunes âgés de 18 à 35 ans</i>		
<b>Genre</b>		
Un homme	50%	42%
Une femme	50%	58%
<b>Age</b>		
De 18 à 20 ans	17%	12%
De 21 à 24 ans	22%	20%
De 25 à 29 ans	28%	33%
De 30 à 35 ans	33%	35%
<b>Activité</b>		
Je suis élève ou étudiant	19%	14%
Actifs	57%	49%
Inactifs	24%	38%
<b>Région</b>		
Ile de France	23%	29%
Nord Ouest	21%	22%
Sud Ouest	10%	10%
Sud Est	24%	19%
Nord Est	23%	19%
<i>Base : fait des dons à des associations</i>		
<b>Donnateurs à la Société de Saint-Vincent-de-Paul</b>		
Régulièrement	2%	-
Occasionnellement	3%	1%
Jamais	96%	99%

● Différences significatives entre les « Jeunes âgés de 18 à 35 ans » versus les « Jeunes se sentant souvent seul ».

Une solitude subie par près de 4 jeunes sur 10.

Ce constat s'accroît chez les répondants se sentant « souvent » seul : 70% d'entre-eux en sont « victimes »

Cette solitude, avez-vous le plus souvent le sentiment de la subir ou de la rechercher ?



Base : se sent seul



Comparativement à l'ensemble des personnes qui se sentent seules, ce sont les femmes (57%), inactifs (32%), âgés de plus de 20 ans, franciliens (27%), non donateurs à la Société de Saint-Vincent-de-Paul (99%) qui subissent l'isolement.

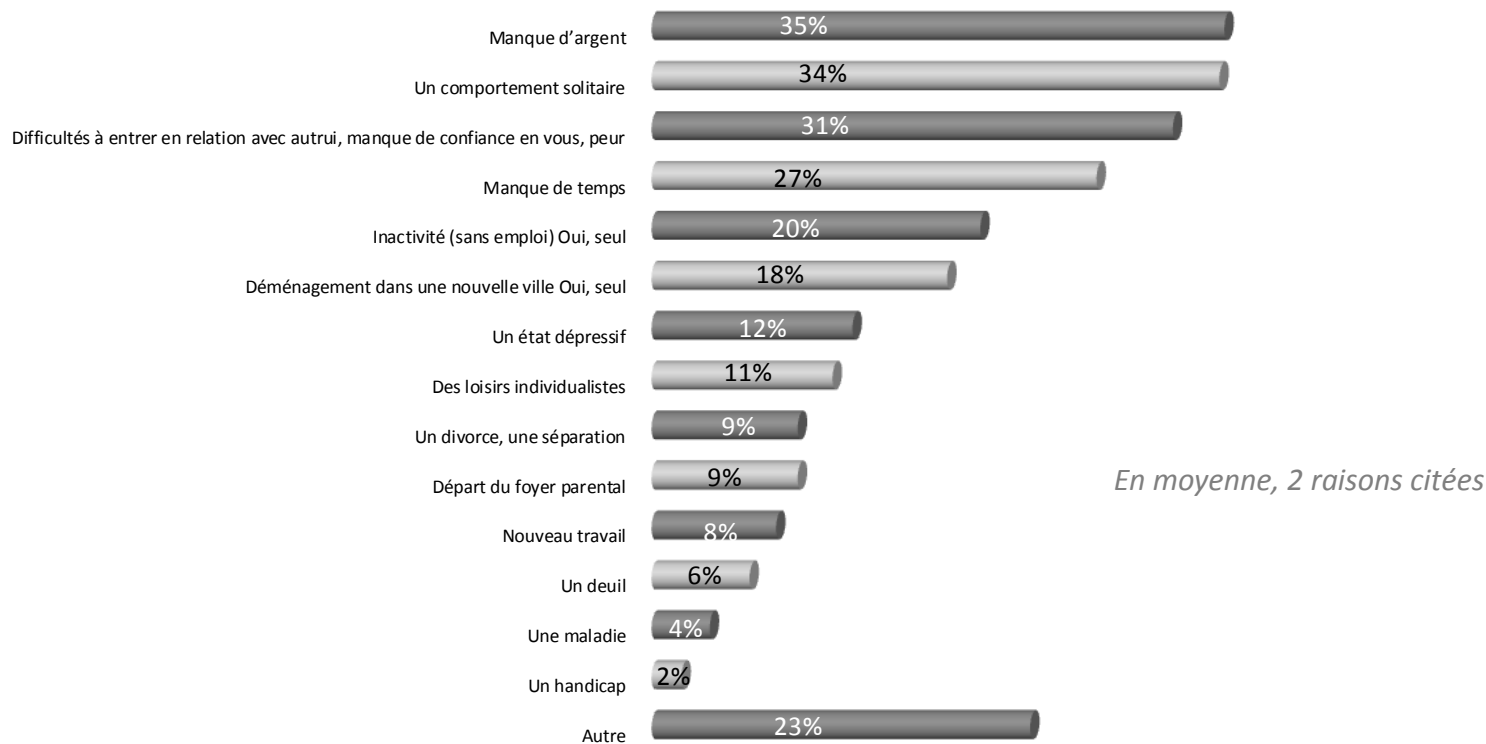
	Jeunes se sentant seul	Subit cette solitude
<i>Base : se sent seul</i>		
<b>Genre</b>		
Un homme	49%	43%
Une femme	52%	57%
<b>Age</b>		
De 18 à 20 ans	15%	11%
De 21 à 24 ans	25%	24%
De 25 à 29 ans	29%	31%
De 30 à 35 ans	31%	34%
<b>Activité</b>		
Je suis élève ou étudiant	19%	14%
Actifs	56%	54%
Inactifs	25%	32%
<b>Région</b>		
Ile de France	22%	27%
Nord Ouest	21%	19%
Sud Ouest	10%	10%
Sud Est	23%	24%
Nord Est	24%	21%
<i>Base : fait des dons à des associations</i>		
<b>Donateurs à la Société de Saint-Vincent-de-Paul</b>		
Régulièrement	2%	-
Occasionnellement	3%	1%
Jamais	95%	99%

● Différences significatives entre les « Jeunes se sentant seul » versus « Jeunes subissant cette solitude ».

## En moyenne 2 causes responsables de cet isolement:

- Le manque d'argent (35%) et un comportement solitaire (34%) sont les deux critères majeurs.
- Les difficultés à entrer en relation avec autrui et le manque de temps viennent ensuite, cités par près d'un tiers des jeunes.

Dans la liste suivante, y a-t-il des raisons qui participent au fait que vous vous sentez seul(e) ?



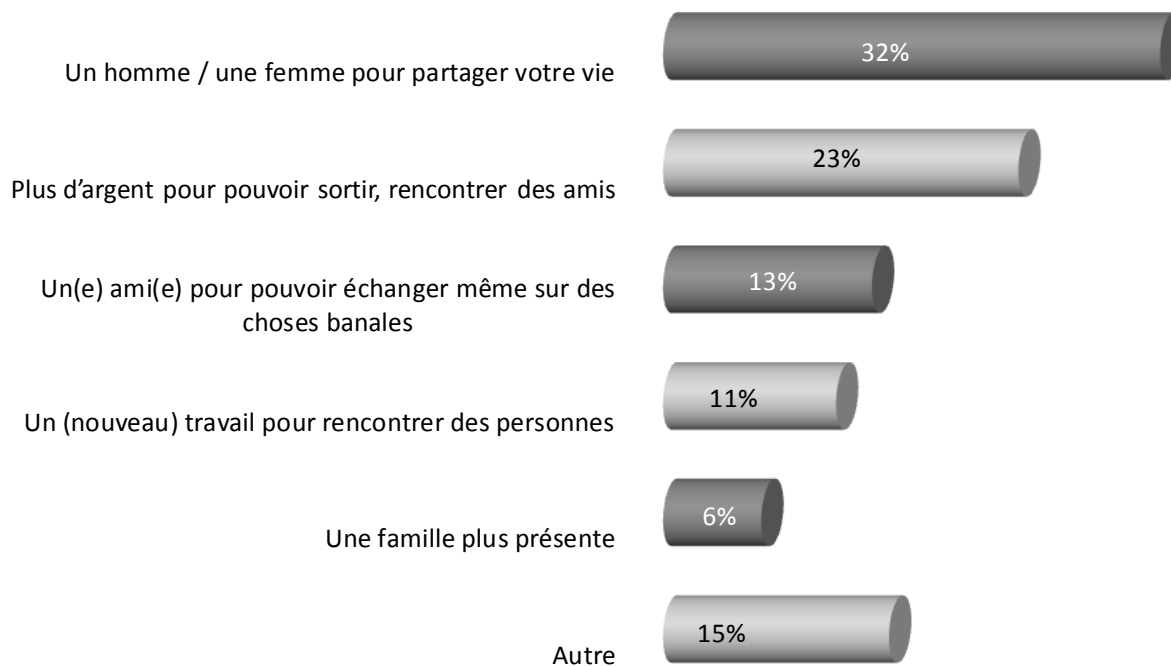
Base : se sent seul

## Pour rompre cette solitude,

**le meilleur « remède » serait de trouver l'âme sœur** : près d'un tiers des jeunes se sentant seul aimerait avoir un compagnon pour partager leur vie.

**Vient ensuite une amélioration du pouvoir d'achat** : 23% des répondants estiment qu'une situation financière meilleure leur permettrait de vaincre cet isolement.

### Quand vous vous sentez seul(e), qu'est-ce que vous aimeriez le plus avoir ?



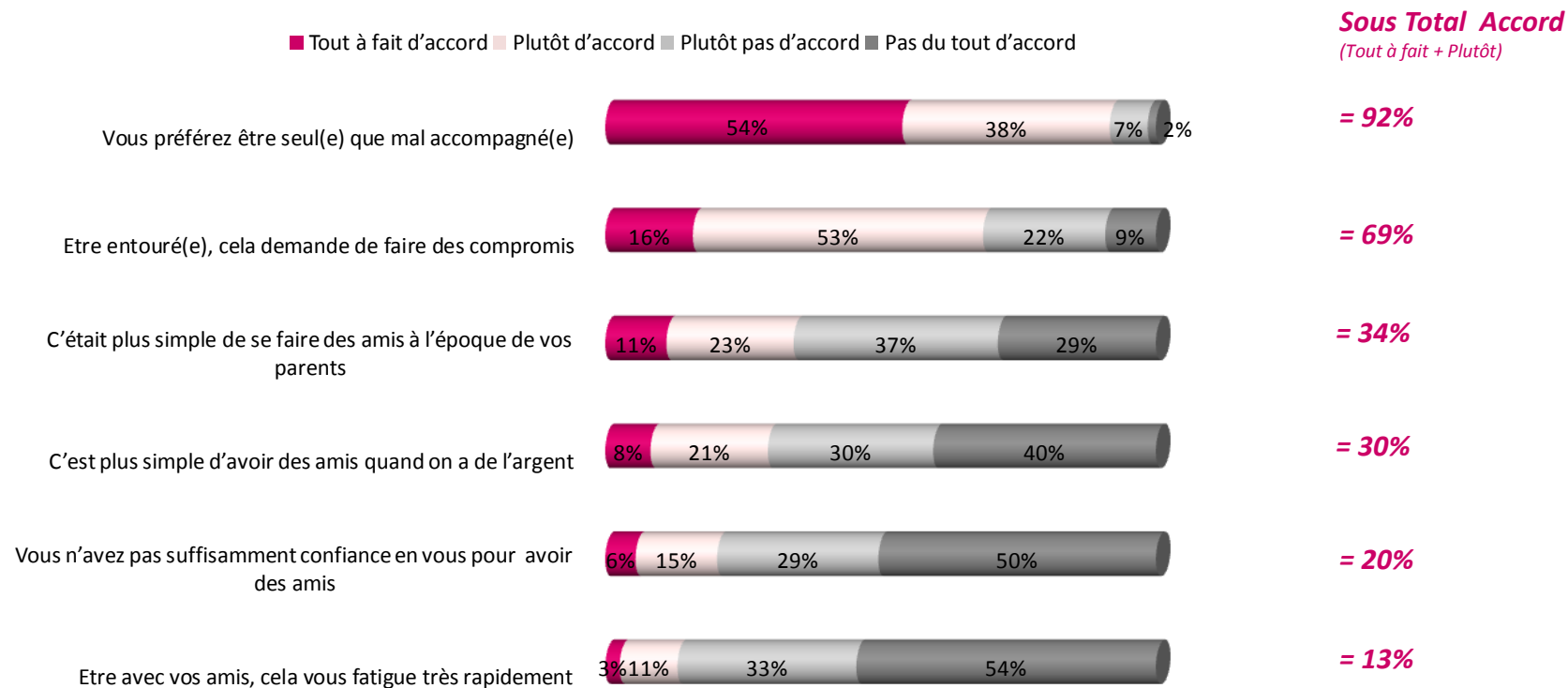
*Base : se sent seul*

## Malgré le fait que près de 5 jeunes sur 10 se sentent seuls, ils restent très lucides quant aux rapports avec les autres

- 9 sur 10 préfèrent être seuls que mal accompagnés.
- 69% sont conscients que le fait d'être entouré demande de faire des compromis.

Par manque de confiance en soi, 20% des répondants n'ont pas d'ami.

Etes-vous tout à fait, plutôt, plutôt pas ou pas du tout d'accord avec chacune des propositions suivantes ?



Base : jeunes âgés de 18 à 35 ans



# Un état des lieux de la solitude qui diffère selon le statut des jeunes

Etudiants

Actifs

Inactifs

## La solitude des jeunes est liée à leur statut:

Les inactifs(19%) sont les plus touchés par ce mal-être : quasiment deux fois plus nombreux que les étudiants (9%) et les actifs (11%).

**Vous arrive-t-il de ressentir chacun de ces sentiments souvent, de temps en temps, rarement ou jamais ?**

	Etudiants	Actifs	Inactifs
<i>Base : jeunes âgés de 18 à 35 ans</i>	197	607	258
<b>SEUL(E)</b>			
Souvent	9%	11%	19%

De même, les inactifs sont plus nombreux à subir cette solitude que les étudiants (30%) ou les actifs (41%).

Alors que la solitude des étudiants et des actifs reste majoritairement voulue (70% et 59%), celle des inactifs est majoritairement subie (53%)

Cette solitude, avez-vous le plus souvent le sentiment de la subir ou de la rechercher ?

	Etudiants	Actifs	Inactifs
<i>Base : se sent seul</i>	162	465	212
Solitude subie	30%	41%	53%

## Les raisons de cette solitude sont diverses :

Les inactifs, personnes les plus concernées par l'isolement endurent bien évidemment l'absence de travail (66%) entraînant ainsi un manque d'argent et également un état de santé dépressif (18%) .

Les jeunes en activité tels que les étudiants ou les actifs soulignent davantage le manque de temps (24% et 35% versus 10% pour les inactifs)

Dans la liste suivante, y a-t-il des raisons qui participent au fait que vous vous sentez seul(e) ?

	Etudiants	Actifs	Inactifs
<i>Base : se sent seul</i>	162	465	512
Manque de temps	24%	35%	10%
Manque d'argent	21%	30%	54%
Des loisirs individualistes	17%	12%	4%
Départ du foyer parental	12%	9%	6%
Un état dépressif	11%	10%	18%
Déménagement dans une nouvelle ville	10%	22%	15%
Inactivité	8%	3%	66%
Nouveau travail	2%	12%	3%



## A chacun son « traitement » anti-solitude :

- Souffrant d'être sans emploi, un tiers des inactifs déclare que trouver une place dans le monde du travail serait la solution.
- Plus nombreux à être célibataires, 38 % des étudiants pensent que trouver l'âme sœur leur permettraient de vaincre cette solitude

### Quand vous vous sentez seul(e), qu'est-ce que vous aimeriez le plus avoir ?

	Etudiants	Actifs	Inactifs
<i>Base : se sent seul</i>	162	465	512
Un homme / une femme pour partager votre vie	38%	33%	26%
Un (nouveau) travail pour rencontrer des personnes	8%	4%	30%

## Les inactifs sont davantage :

- **nostalgiques** : 44% déclarent qu'il était plus simple de se faire des amis du temps de leurs parents.
- **déprimés** : 36% affirment qu'il est plus simple d'avoir des amis quand on a de l'argent et 26% disent ne pas avoir suffisamment confiance en eux pour avoir des amis.

**Quant aux étudiants**, ils sont conscients que le fait d'être entouré demande de faire des concessions.

**Etes-vous tout à fait, plutôt, plutôt pas ou pas du tout d'accord avec chacune des propositions suivantes ?**

Base : jeunes âgés de 18 à 35 ans

	Etudiants	Actifs	Inactifs
	197	607	258
<b>SOUS TOTAL ACCORD (Tout à fait + Plutôt)</b>			
Etre entouré(e), cela demande de faire des compromis	73%	70%	63%
C'est plus simple d'avoir des amis quand on a de l'argent	25%	28%	36%
C'était plus simple de se faire des amis à l'époque de vos parents	24%	33%	44%
Vous n'avez pas suffisamment confiance en vous pour avoir des amis	23%	17%	26%



# La vie des jeunes, les leviers et les freins au sentiment de solitude

## ► Relations avec l'entourage

### Les activités

### Focus sur

Les « esseulés » : jeunes se sentant  
« Souvent » seuls

Seuls, 3% des jeunes n'ont aucun ami. En moyenne, ils déclarent avoir 7 amis. Ils peuvent compter sur 4 à 5 amis.

**Combien d'ami(e)s comptez-vous dans votre entourage ?  
Sur combien d'ami(e)s pouvez-vous compter**

• **Ami(e)s**

*A aucun ami* 3%

De 1 à 3 ami(e)s	29%
De 4 à 7 ami(e)s	38%
De 8 à 10 ami(e)s	16%
Plus de 10 ami(e)s	14%
<i>Nombre moyen d'ami(e)s</i>	<i>7,2</i>

• **Ami(e)s sur qui vous pouvez compter**

*Aucun ami sur lequel je peux compter* 4%

De 1 à 3 ami(e)s	50%
De 4 à 7 ami(e)s	31%
De 8 à 10 ami(e)s	11%
Plus de 10 ami(e)s	5%
<i>Nombre moyen d'ami(e)s</i>	<i>4,5</i>

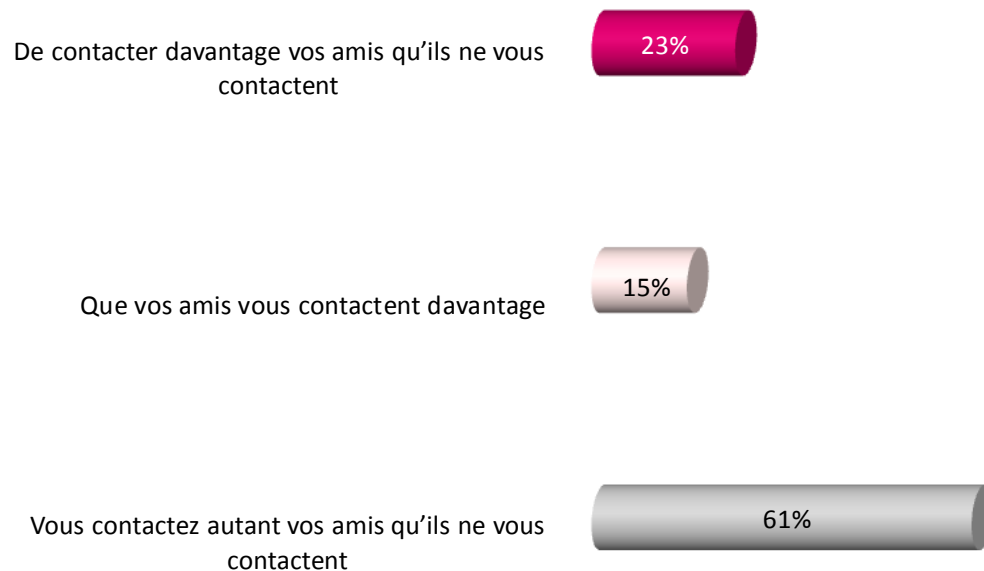
Base : jeunes âgés de 18 à 35 ans

Base : a au moins un (e) ami(e)

La majorité des jeunes entretienne une amitié « partagée » : 61% déclarent contacter leur amis autant qu'ils ne les contactent.

Près d'un quart des répondants avoue cependant être davantage à l'initiative de leur amitié.

### Et avez-vous l'impression...



Base : a au moins un (e) ami(e)

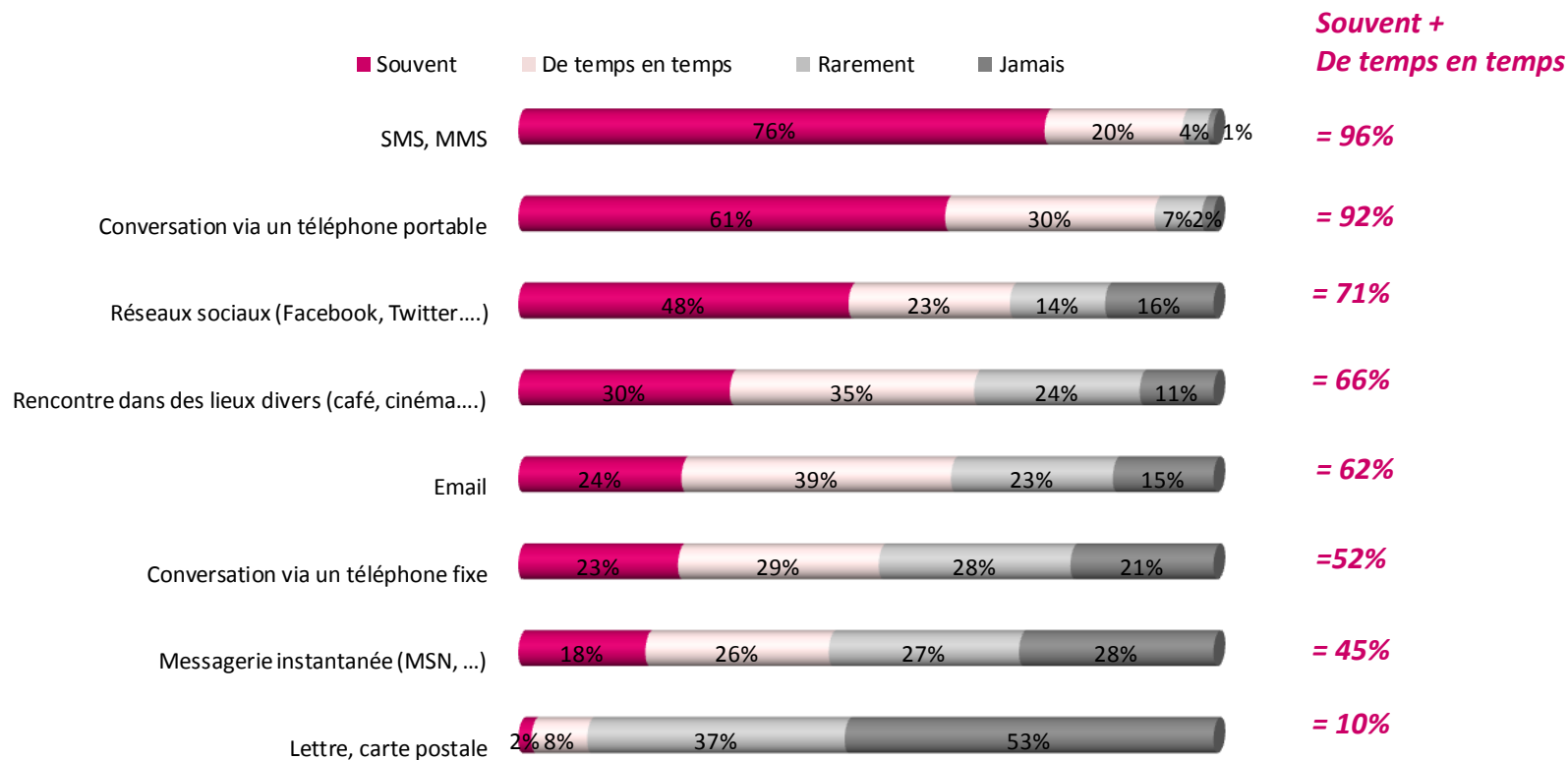
Le développement des nouvelles technologies incite les relations virtuelles.

- Arrive en tête le téléphone portable utilisé via SMS, MMS (96%) et sous forme de conversation (92%).

- Viennent ensuite les réseaux sociaux (71%).

Les rencontres « physiques » concernent seulement deux tiers des répondants.

**Utilisez-vous ces moyens souvent, de temps en temps, rarement ou jamais pour communiquer avec vos ami(e)s ?**



Base : a au moins un (e) ami(e)

**Près de 9 jeunes sur 10 possèdent un compte Facebook.**

**En moyenne, ils déclarent avoir 178 amis sur ce réseau social , toutefois ils communiquent avec seulement 12% d'entre-eux.**

**Possédez-vous un compte Facebook ?**

**Combien d'ami(e)s comptez-vous sur votre compte Facebook ?**

**Et globalement, avec combien de ces amis Facebook interagissez-vous le plus souvent ?**

86% possèdent un compte

**facebook**



**Sur Facebook**

Nombre moyen d'amis

178

Nombre moyen d'amis avec qui vous interagissez

21

Part de vos amis avec qui vous interagissez

12%

*Base : jeunes âgés de 18 à 35 ans*

*Base : a un compte Facebook*

**Les jeunes mentionnent en moyenne 3 raisons expliquant leur utilisation de Facebook. Ce réseau social sert surtout à communiquer (74%) et à suivre l'actualité de leurs amis (73%). Il permet de garder le contact avec d'anciennes relations (69%)**

### Quelles sont les raisons pour lesquelles vous utilisez Facebook ?

<b>Communiquer</b>	<b>74%</b>
Avec des proches que vous ne voyez pas souvent, qui sont à l'étranger	58%
Avec vos meilleurs amis, votre famille	51%
Pour suivre l'actualité de vos amis (commentaires, photos, ...)	73%
Pour garder contact avec d'anciennes relations	69%
Pour suivre l'actualité de manière générale (politique, people...)	27%
Pour organiser des événements	22%
Pour être dans la « tendance »	13%
Autre	14%
<i>Nombre moyen de raisons citées</i>	<i>3,3</i>

*Base : a un compte Facebook*





# La vie des jeunes, les leviers et les freins au sentiment de solitude

Relations avec l'entourage

▶ **Les activités**

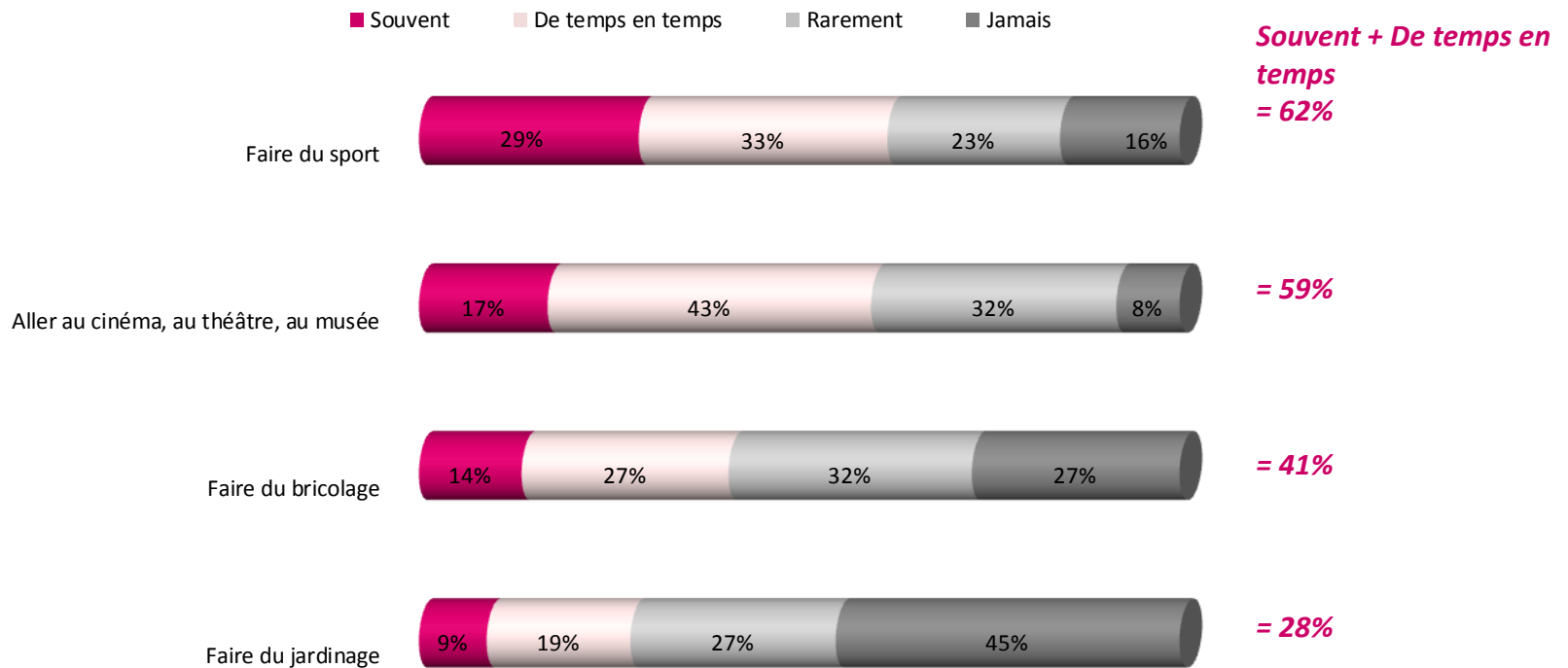
**Focus sur**

Les « esseulés » : jeunes se sentant  
« Souvent » seuls

62% des jeunes font « souvent » ou « de temps en temps » du sport.

Les activités culturelles telles que le cinéma, le théâtre et le musée sont pratiquées par 6 répondants sur 10.

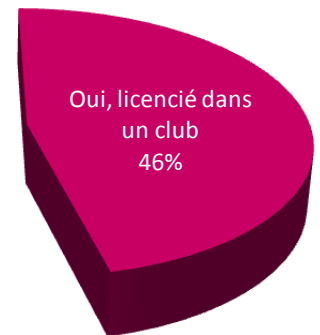
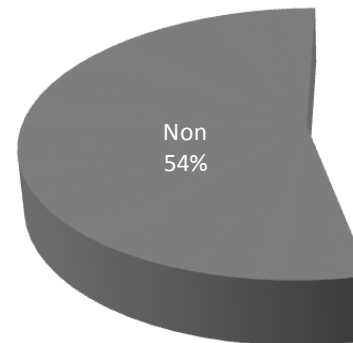
Parmi les activités suivantes, quelles sont celles que vous pratiquez, ne serait-ce que de temps en temps ?



Base : jeunes âgés de 18 à 35 ans

Quand ils pratiquent un sport, seul 43% des jeunes sont attirés par un sport collectif.  
46% de ces derniers sont licenciés dans un club.

**Vous avez déclaré précédemment faire du sport. S'agit-il d'un sport...  
Etes-vous licencié dans un club ?**



*Base : pratique du sport*

*Base : pratique un sport d'équipe*

## 95% des jeunes se connectent tous les jours à Internet voir à plusieurs reprises

### A quelle fréquence, vous connectez-vous à Internet ?

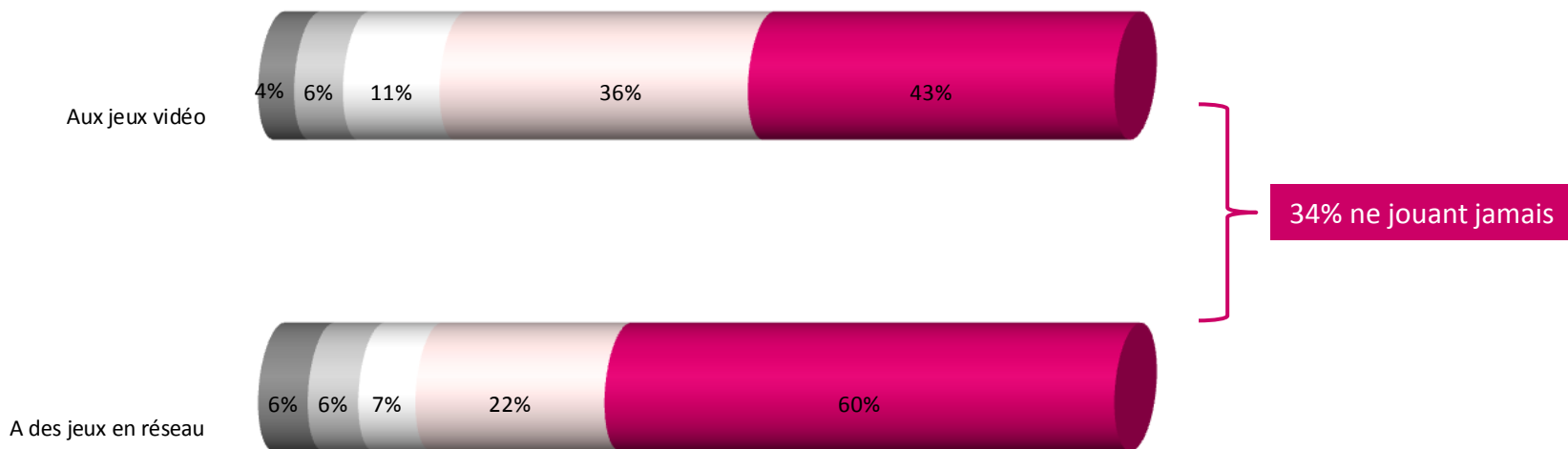


Base : jeunes âgés de 18 à 35 ans

Sur la classe d'âge 18- 35 ans, les jeunes ne souffrent pas d'addiction aux jeux.  
En effet, 34% d'entre eux ne jouent jamais ni aux jeux vidéo, ni aux jeux en réseau.

**A quelle fréquence, jouez-vous...**  
**Aux jeux vidéo**  
**A des jeux en réseau**

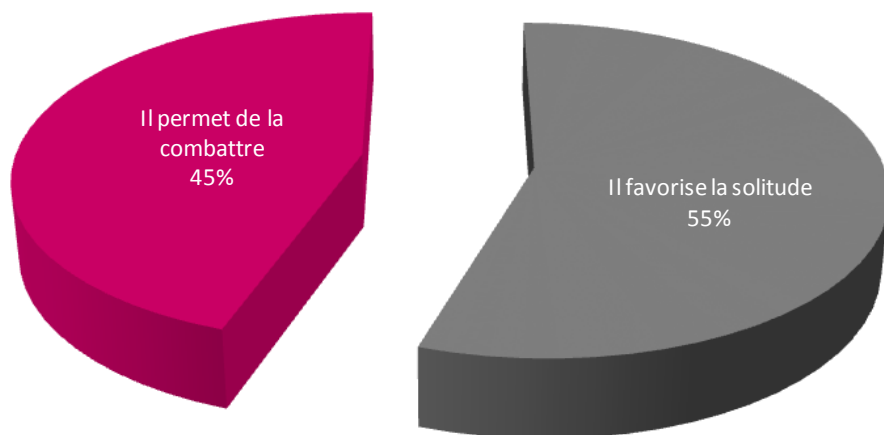
■ Plusieurs fois par jour ■ Environ une fois par jour ■ 2 à 5 fois par semaine ■ Moins souvent ■ Jamais



Base : jeunes âgés de 18 à 35 ans

Même si Internet s'est immiscé dans leur vie quotidienne, plus de la moitié des jeunes sont conscients qu'il favorise la solitude.

Pour vous, Internet favorise t-il la solitude ou au contraire, permet-il de la combattre ?



Base : jeunes âgés de 18 à 35 ans



# La vie des jeunes, les leviers et les freins au sentiment de solitude

Relations avec l'entourage

Les activités

► **Focus**

Les « esseulés » : jeunes se sentant  
« Souvent » seuls

## Préambule

**Les résultats présentés ci-après mettent en évidence les différences observées entre :**

**les « esseulés » :** jeunes se sentant « Souvent » seuls

**les autres :** jeunes se sentant « Jamais » seul ou seulement « De temps en temps » ou « Rarement ».



Les « esseulés » déclarent avoir moins d'amis en moyenne que les autres : 4 amis versus 8 amis.

Combien d'ami(e)s comptez-vous dans votre entourage ?  
Sur combien d'ami(e)s pouvez-vous compter

	Les «esseulés »	Les autres
Nombre moyen		
D'ami(e)s	4,0	7,5
D'ami(e)s sur qui vous pouvez compter	2,5	4,7

Base : jeunes âgés de 18 à 35 ans

Les « esseulés » communiquent autant virtuellement que les autres.

Par contre, ils sont plus nombreux à ne jamais rencontrer « physiquement » leurs amis (18% versus 10%)

Utilisez-vous ces moyens souvent, de temps en temps, rarement ou jamais pour communiquer avec vos ami(e)s ?



Base : a des amis

Les « esseulés » se montrent plus négatifs à l'égard de leur amitié : 40% d'entre-eux ont l'impression que leur relation amicale se fait à sens unique à leur initiative.  
Les « autres » admettent davantage que leur amitié est partagée (64%)

Et avez-vous l'impression...

	Les « esseulés »	Les autres
<b>A L'IMPRESSION DE CONTACTER</b>		
Davantage vos amis qu'ils ne vous contactent	40%	21%
Que vos amis vous contactent davantage	17%	15%
Vous contactez autant vos amis qu'ils ne vous contactent	44%	64%

Base : a des amis

**Malgré le sentiment d'être souvent seul, ces jeunes ont accumulé 140 amis « Facebook ». Ils communiquent en moyenne avec 11 d'entre-eux.**

**Possédez-vous un compte Facebook ?**

**Combien d'ami(e)s comptez-vous sur votre compte Facebook ?**

**Et globalement, avec combien de ces amis Facebook interagissez-vous le plus souvent ?**

	Les « esseulés »	Les autres
<b>Sur Facebook</b>		
Nombre moyen d'amis	140	186
Nombre moyen d'amis avec qui vous interagissez	11	22
Part de vos amis avec qui vous interagissez	8%	12%

*Base : a un compte Facebook*

**La manière d'être des « esseulés » se reflète sur leur activité. Sans doute plus renfermés sur eux-mêmes, ils en pratiquent moins:**

**Pour des loisirs où il est plus agréable d'être accompagné** tels que les sorties au cinéma, théâtre, musée ou les activités sportives, ils sont quasiment deux fois plus nombreux à ne jamais les pratiquer.

De même, ces personnes optent moins pour l'exercice d'activités dites « solitaires » telles que le jardinage ou le bricolage.

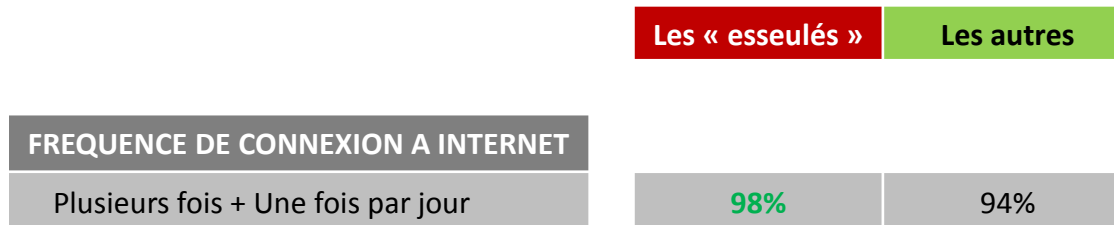
**Parmi les activités suivantes, quelles sont celles que vous pratiquez, ne serait-ce que de temps en temps ?**

	Les « esseulés »	Les autres
JAMAIS		
Aller au cinéma, au théâtre, au musée	15%	8%
Faire du sport	29%	14%
Faire du bricolage	35%	26%
Faire du jardinage	58%	44%

*Base : jeunes âgés de 18 à 35 ans*

Les « esseulés » sont plus nombreux à passer du temps sur la toile que les autres (98% versus 94%).

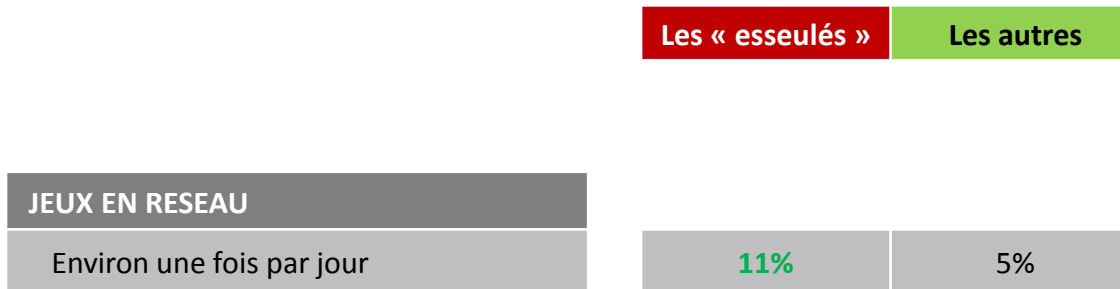
A quelle fréquence, vous connectez-vous à Internet ?



Base : jeunes âgés de 18 à 35 ans

Sans doute corrélé au temps passé sur Internet, 11% des esseulés ont plongé dans l'addiction des jeux en réseau.

A quelle fréquence, jouez-vous...  
A des jeux en réseau



Base : jeunes âgés de 18 à 35 ans

Malgré le fait que la consommation du web pèse lourd dans la vie des « esseulés », ils sont plus conscients qu'Internet favorise leur solitude.

A quelle fréquence, vous connectez-vous à Internet ?

Pour vous, Internet favorise t-il la solitude ou au contraire, permet-il de la combattre ?



Base : jeunes âgés de 18 à 35 ans





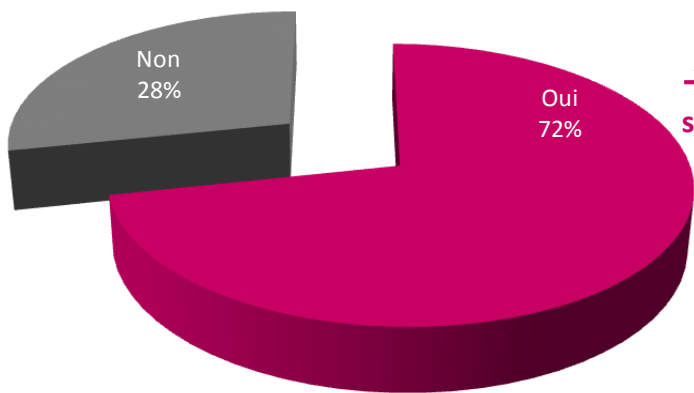
# Les jeunes et les associations

**72% des jeunes sont au courant de l'existence d'associations apportant du soutien aux personnes seules. Parmi ceux qui les connaissent, seulement 2% les ont sollicitées.**

Toutefois, les personnes les plus concernées ne sont pas les mieux informées : 51% des jeunes qui se sentent « souvent » seuls connaissent ce type d'association.

**Savez-vous que certaines associations apportent du soutien aux personnes seules ?  
Avez-vous déjà eu recours à elles ?**

- **Connaissance de ces associations**



→ 51% de ceux qui se sentent souvent seul.



<b>Recours à ces associations</b>	
<i>Base connaît ces associations</i>	761
Oui	2%
Non	98%
Vous ne savez plus	0%

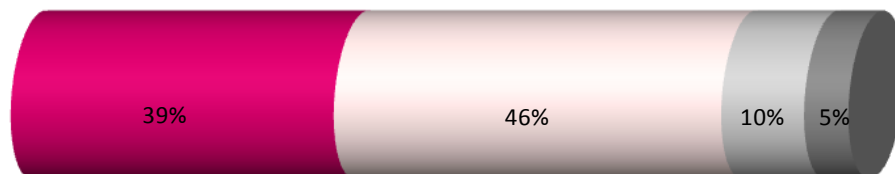
*Base : jeunes âgés de 18 à 35 ans*

## Vaincre la solitude est une mission jugée importante pour près de 9 jeunes sur 10

La Société de Saint Vincent de Paul a pour principale mission de lutter contre la solitude en France et à l'étranger.

Pour vous, lutter contre la solitude est :

■ Très important ■ Assez important ■ Plutôt pas important ■ Pas du tout important



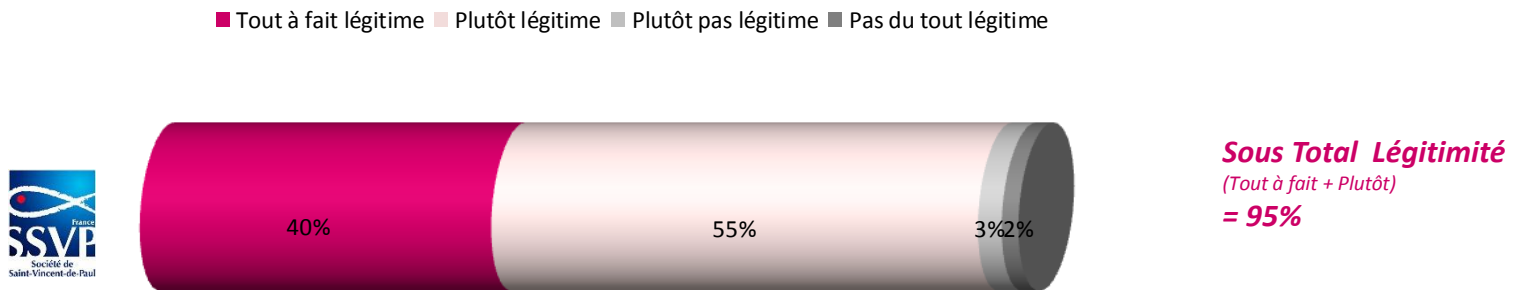
**Sous Total Importance**  
(Très + Assez)  
**= 85%**

Lutter contre la solitude

Base : jeunes âgés de 18 à 35 ans

95% de ceux qui ont à l'esprit la Société de Saint-Vincent-de-Paul la juge légitime pour vaincre la solitude.

Selon vous, la Société de Saint Vincent de Paul est tout à fait, plutôt, plutôt pas, pas du tout légitime pour mener sa mission de lutte contre la solitude ?



Base : Connait la Société de Saint-Vincent-de-Paul



Merci de votre attention

Mediaprism

64, rue du Ranelagh – 75 016 Paris

Tél. : 01 53 29 10 00

[www.mediaprism.com](http://www.mediaprism.com)

